

Genießen Sie es Frau zu sein!

Stellen Sie sich vor, Sie haben sich abends mit einem Mann zu einem romantischen Abendessen verabredet. Sie freuen sich sehr auf diesen Abend, denn es geht in Ihr Lieblingsrestaurant.



Janet Betschart

Dementsprechend haben Sie sich hübsch gemacht, das kleine Schwarze angezogen, Make Up aufgelegt und die High Heels angezogen. Der Mann kommt pünktlich zu Ihrer Wohnung/Ihrem Haus, um Sie abzuholen. Er bringt Ihnen Blumen und ein kleines Geschenk mit, macht Ihnen Komplimente, wie gut Sie aussehen und fragt, ob Sie im Vorfeld schon ein Glas Champagner möchten. Dann fahren Sie zum

Restaurant, er hält Ihnen die Türe auf und nimmt Ihren Mantel ab. Der Kellner begleitet Sie zu Ihrem Tisch und rückt Ihnen den Stuhl zurecht. Der Mann fragt, was Sie essen möchten und ist den ganzen Abend sehr aufmerksam. Wie geht es Ihnen dabei, wenn Sie diese Zeilen lesen? Denken Sie sich: „Oh, das ist aber stressig“ oder denken Sie vielleicht: „So einen Mann hätte ich auch gerne!“? Viele Frauen haben Mühe, sich verwöhnen zu lassen und können Komplimente nur schwer oder überhaupt nicht annehmen. Wenn zum Beispiel jemand sagt: „Die Bluse steht dir aber gut, du siehst heute klasse aus“, dann höre ich viele Frauen sagen „Ah, die Bluse habe ich schon lange.“ oder „Die war ganz günstig, habe ich im Ausverkauf für nur 20 Euro gekauft.“

Probieren Sie das nächste Mal etwas Neues aus und sagen Sie einfach: „Danke, ich freue mich über das Kompliment.“ oder einfach nur „Danke“. Das mag zwar am Anfang etwas komisch erscheinen, vor allem, wenn Sie das noch nie gemacht haben. Versuchen Sie es trotzdem. Genau so ist es, wenn Ihnen jemand ein Geschenk mitbringt, sei es einfach so oder weil Sie Geburtstag haben. Was sagen Sie dann:

„Ach, das wäre doch nicht nötig gewesen.“? Sagen Sie das nächste Mal: „Danke, darüber freue ich mich sehr, das ist genau mein Geschmack.“ Hier sollte es natürlich auch Ihr Geschmack sein. In diesem Sinne: Genießen Sie es Frau zu sein. Nehmen Sie Komplimente an. Bedanken Sie sich dafür, ohne sich zu rechtfertigen. Lassen Sie sich zu einem Glas Champagner einladen, ohne zu denken, was will der denn von mir. Und nehmen Sie ein Geschenk mit Dank an, ohne zu sagen: „Das wäre doch nicht nötig gewesen!“ oder zu denken: Was „schenke ich denn denen dann als ‚Wiedergutmachung‘?“.

Lassen Sie sich ruhig in den Mantel helfen oder den Stuhl zurechtrücken. Gerne helfen ja auch Sie manchmal jemandem in den Mantel oder laden jemanden auf ein Glas Champagner ein oder machen einfach ein kleines Geschenk, ohne etwas zurückzuerwarten. Wenn das Geben und Nehmen im Gleichgewicht ist, dann macht das Leben doch Spaß!

Herzliche Grüße

Janet Betschart